

浪越学園 日本指圧専門学校 にスポーツに特化したコースが誕生!!

NSCA-CPT パーソナルトレーナー 養成講習会

■ パーソナルトレーナーとは

契約したクライアントと1対1（1対複数の場合もある）で、エクササイズ指導を行う職業です。対象となるクライアントは、**スポーツ選手だけでなく、健康、体力作りを目的とした一般の人、医療的な問題を抱え、リハビリテーションを目的とした人など多岐に渡ります。**そのため、様々な目的に応じたエクササイズプログラムを作成し、指導を行うことができるよう、幅広い知識が必要となります。（NSCA ジャパン HP より引用）

■ ますます進む運動/スポーツ需要

現在、国を挙げて国民の運動/スポーツ習慣をつけようとしています。これには国民の健康維持増進の目的があります。超高齢化がすすむ日本にとって運動習慣は重要な事です。またスポーツの関心を高めることは来る東京オリンピックに向けた動きでもあります。老若男女、多くの人々が今後、運動/スポーツを始めることでしょう。正しい運動の指導とともに、正しい身体のケアができることで「**真の健康**」を提供できるのではないのでしょうか。

■ パーソナルトレーナーと指圧の関連性

運動とは筋肉を活動させ、関節を動かします。そのため、筋肉・関節が健全であり機能的であって、はじめて安全に効率的に運動が行えます。

私たちあん摩マッサージ指圧師の技術により、筋肉・関節のケアを行いつつ、運動を指導することは最も安全で効率的な運動につながります。また、運動はさまざまなストレスを身体に与えることで強くなります。ストレスによる疲労においても私たちのあん摩マッサージ指圧は対応できます。

■ 多くの分野に活かせる「NSCA-CPT パーソナルトレーナー養成講習会」

在宅分野でのあん摩マッサージ指圧師は指圧マッサージ師として活動することにプラスして「機能訓練指導員」という側面もあります。**在宅の方に運動の補助（機能訓練）を行います。その際にも「運動（トレーニング）」に関する知識は必要不可欠です。正しい「運動」の知識を身につけましょう。**

現在の我が国にはさまざまなスポーツトレーナーが存在します。さまざまあるトレーナー資格ではありますが、どれも国家資格ではありません。トレーナーという仕事は人の身体に対応する資格でありながら、充実した医学教育がなされずに存在しているのも事実です。現在日本において、最も信頼性のあるトレーナー資格は日本体育協会（平成31年4月より日本スポーツ協会）が発行する「アスレティックトレーナー（AT）」がありますが、資格試験は非常に難しく、何かしらの医療系資格（あん摩マッサージ指圧・鍼灸・柔道整復・理学療法など）がないと合格することはできません。日本体育協会もこのようにすることで、トレーナーの質を上げていこうと考えています。つまり**トレーナーに求められることの絶対的条件は「医学知識」であります。**本校はあん摩マッサージ指圧師を育成する医療系専門学校である以上、「医学知識」は十分な教育を行います。そこに平成31年度よりスタートしました「NSCA-CPT パーソナルトレーナー養成講習会」での「スポーツ教育」がなされ、またトレーナーの現場で多用する「指圧・マッサージ」の技術が合わさることで「**真のスポーツトレーナー**」育成が可能であると確信しています。

来る東京オリンピック。選手の活躍がメインではありますが、世界のスポーツ医科学スタッフは、「それをサポートする日本の体制がどうなされているか？」ということも注目されます。その際に、世界に発信するには、日本であるからこそ、日本で古来より受け継がれる伝統手技療法である「shiatsu」（鍼灸も含む）で選手をサポートしたいものです。日本人であるからこそ、伝統を大切にしたいと考えます。



NSCA ジャパン HP

NSCA ジャパンの本部は米国にあり、世界的な認知度も高く、最も大きなパーソナルトレーナーの協会です。詳しくは左 QR コードで NSCA の HP へアクセス!!

